


MANAGEMEN KESAN ANAK PEREMPUAN PERTAMA DALAM PERAN PARENTIFIKASI: STUDI DRAMATURGI DI KELUARGA

Al Kayla Tatstiana Legowo¹, Raihanah Humaira², Reni Nuraeni³, Sri Damayanti⁴

¹⁻⁴Fakultas Ilmu Sosial dan Politik, Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati, Bandung, Indonesia

Email penulis korespondensi: reiar04@gmail.com

Article History

Received: May 20, 2026

Revision: May 25, 2026

Accepted: June 01, 2026

Published: June 01, 2026

Sejarah Artikel

Diterima: 20 Mei 2026

Direvisi: 25 Mei 2026

Diterima: 01 Juni 2026

Disetujui: 01 Juni 2026

ABSTRACT

The phenomenon of parentification in firstborn daughters is often viewed as a natural form of responsibility. Yet such roles are typically associated with adults. This study focuses on how firstborn daughters engage in impression management while fulfilling their parentified roles within the family environment, through the lens of Erving Goffman's dramaturgical perspective. This study also examines how this role is manifested in daily interactions and how individuals manage experiences that do not always surface within the family interaction space. Using a qualitative approach and focusing on a comprehensive understanding of the phenomenon, data were collected through in-depth interviews with informants divided into two cross-generational groups: Gen X and Gen Z. The results indicate that firstborn daughters project an image of independence and resilience on the front stage to maintain family stability, while their back stage often functions as a space of emotional isolation. This study concludes that firstborn daughters frequently present themselves as independent, strong, and responsible figures in front of the family. This role is not merely an act, but a reflection of the upbringing they received from a young age, which compelled them to not only be an older sibling but also a surrogate parent to maintain household harmony.

Keywords: Management, Parentification, Firstborn Daughter, Dramaturgy, Family.

ABSTRAK

Fenomena parentifikasi pada anak perempuan pertama sering kali dianggap sebagai bentuk tanggung jawab yang wajar. Padahal peran seperti ini umumnya diasosiasikan pada orang dewasa. Penelitian ini berfokus pada bagaimana anak perempuan pertama melakukan impression management dalam menjalankan peran parentifikasi di lingkungan keluarga melalui perspektif dramaturgi dari Erving Goffman. Penelitian ini juga mengkaji bagaimana peran tersebut ditampilkan dalam interaksi sehari-hari serta bagaimana individu mengelola pengalaman yang tidak selalu muncul dalam ruang interaksi keluarga. Dengan menggunakan pendekatan kualitatif dan fokus pada pemahaman menyeluruh tentang fenomena tersebut, data dikumpulkan melalui wawancara mendalam terhadap informan yang terbagi dalam dua kelompok lintas generasi, yaitu Gen X dan Gen Z. Hasil penelitian menunjukkan bahwa anak perempuan pertama menampilkan citra mandiri dan tangguh di panggung depan (front stage) untuk menjaga stabilitas keluarga, sementara panggung belakang (back stage) mereka sering kali berfungsi sebagai ruang isolasi emosional. Studi ini menyimpulkan bahwa anak perempuan pertama sering kali menampilkan diri sebagai sosok yang mandiri, kuat, dan penuh tanggung jawab di depan keluarga. Peran ini bukan sekadar akting, melainkan cerminan dari didikan sejak kecil yang

memaksa mereka untuk tidak hanya menjadi kakak, tapi juga figur pengganti orang tua demi menjaga keharmonisan rumah.

Kata Kunci: *Management, Parentifikasi, Anak Perempuan Pertama, Dramaturgi, Keluarga.*

©2026; **How to Cite:** Manajemen Kesan Anak Perempuan Pertama dalam Peran Parentifikasi: Studi Dramaturgi di Keluarga (R. Humaira, A. K. T. Legowo, R. Nuraeni, & S. Damayanti, Trans.). (2026). *Jurnal Keluarga Sehat Sejahtera*, 24(1), 86-97. <https://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.php/jkss/article/view/73996>

PENDAHULUAN

Keluarga menjadi ruang awal di mana individu mulai mengenal peran dan tanggung jawab dalam sebuah hubungan. Di dalamnya, posisi anak sering kali membawa ekspektasi tertentu yang terbentuk secara perlahan melalui interaksi sehari-hari. Urutan kelahiran ikut memberi pengaruh pada bagaimana tanggung jawab tersebut dijalankan (Majeed et al., 2022). Pada anak perempuan pertama, keterlibatan dalam urusan keluarga sering muncul lebih cepat, baik dalam hal praktis maupun dalam menjaga dinamika hubungan antar anggota keluarga.

Situasi ini berkaitan dengan konsep parentifikasi, yaitu ketika seorang anak menjalankan peran yang umumnya diasosiasikan dengan orang dewasa (Rana & Das, 2021). Dalam keseharian, bentuknya tidak selalu terlihat jelas. Ada yang berkaitan dengan pekerjaan domestik atau pengasuhan adik. Ada juga yang hadir dalam bentuk dukungan emosional, seperti menjadi tempat cerita atau penyeimbang ketika terjadi ketegangan dalam keluarga. Wei et al. (2021) menunjukkan bahwa pengalaman tersebut memiliki keterkaitan dengan kualitas relasi dalam keluarga, termasuk kedekatan serta cara individu memahami posisinya.

Peran tersebut tidak muncul dalam bentuk yang tetap. Cara menjalankannya bisa berubah tergantung situasi yang dihadapi.

Individu belajar menyesuaikan diri, membaca kondisi, lalu menentukan bagaimana ia harus bersikap. Di titik ini, teori dramaturgi dari Erving Goffman dapat membantu melihat proses tersebut. Goffman memandang interaksi sosial sebagai sebuah pertunjukan, di mana individu mengatur bagaimana dirinya tampil di hadapan orang lain (Parawansah, 2026).

Dalam kerangka tersebut, dikenal adanya *front stage* dan *back stage*. *Front stage* merujuk pada situasi ketika individu menampilkan perilaku yang sesuai dengan harapan lingkungan. *Back stage* menjadi ruang yang lebih privat, tempat individu tidak terus-menerus berada dalam tuntutan peran yang sama. Pembagian ini memberi gambaran tentang bagaimana seseorang dapat terlihat stabil dan terkendali dalam interaksi, sementara di sisi lain menyimpan pengalaman yang tidak selalu terlihat.

Pengelolaan kesan dalam proses ini berkaitan dengan konsep *impression management*. Individu berusaha menjaga citra tertentu agar tetap sesuai dengan ekspektasi yang ada di sekitarnya. Carlson et al. (2019) menjelaskan bahwa pengalaman dalam keluarga dapat memengaruhi cara individu membangun citra dirinya dalam interaksi sosial. Dalam konteks anak perempuan pertama, citra sebagai sosok yang dapat diandalkan terbentuk melalui proses yang berlangsung berulang dalam kehidupan sehari-hari.

Selain itu, dinamika peran dalam keluarga juga dipengaruhi oleh perubahan kondisi sosial. Jia et al. (2024) menunjukkan bahwa pengambilalihan peran dalam keluarga dapat membentuk keterikatan antaranggota keluarga. Hal ini menunjukkan bahwa peran yang dijalankan ikut memengaruhi cara hubungan tersebut dipertahankan.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini berfokus pada bagaimana anak perempuan pertama melakukan *impression management* dalam menjalankan peran parentifikasi di lingkungan keluarga melalui perspektif dramaturgi. Penelitian ini mengkaji bagaimana peran tersebut ditampilkan dalam interaksi sehari-hari serta bagaimana individu mengelola pengalaman yang tidak selalu muncul dalam ruang interaksi keluarga. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman mengenai dinamika hubungan dalam keluarga serta proses sosial yang membentuknya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, dengan fokus pada memperoleh pemahaman menyeluruh tentang fenomena tersebut dengan mengumpulkan informasi rinci melalui kata-kata dan tindakan yang diamati dari individu yang diteliti (Sugiyono, 2022). Pemilihan teknik penelitian kualitatif dilakukan karena menawarkan eksplorasi terhadap pendalaman makna yang oleh sejumlah individu atau sekelompok orang dianggap berasal dari masalah sosial atau kemanusiaan (Creswell, 2019). Peneliti memilih pendekatan ini karena fenomena parentifikasi pada anak perempuan pertama melibatkan pengalaman emosional yang

kompleks dan subjektif, sehingga tidak dapat diukur dengan angka. Selain itu, teori manajemen impresi Erving Goffman menuntut peneliti mengamati dinamika panggung depan (front stage) dan panggung belakang (back stage) informan secara alamiah. Metode kualitatif memfasilitasi wawancara mendalam untuk mengungkap cara Gen Z dan Gen X mengelola kesan serta menyembunyikan beban peran mereka. Pendekatan ini juga membantu peneliti membandingkan variasi nilai dan latar belakang sosial antar-generasi secara menyeluruh.

Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam (in-depth interview) yang dilakukan secara tatap muka dengan seluruh informan untuk menangkap nuansa emosional dan ekspresi non-verbal secara lebih komprehensif.

Teknik pemilihan informan dilakukan secara sengaja (purposive) agar data yang terkumpul benar-benar relevan dengan fenomena yang dikaji. Informan dalam penelitian ini dibagi menjadi dua kelompok untuk mendapatkan sudut pandang yang berimbang. Kelompok pertama terdiri dari empat orang anak perempuan pertama (tiga orang Generasi Z dan satu orang Generasi X). Sementara itu, kelompok kedua terdiri dari empat orang adik yang memiliki kakak perempuan tertua (satu orang Generasi Z dan tiga orang Generasi X). Pembagian lintas generasi dan peran ini bertujuan untuk memotret bagaimana tanggung jawab sebagai "pengganti orang tua" dipahami dan dijalankan dalam konteks zaman yang berbeda.

Seluruh hasil wawancara yang dilakukan secara langsung ini kemudian ditranskrip secara detail. Data tersebut diolah menggunakan analisis tematik dengan cara mengelompokkan hasil cerita informan ke dalam tema-tema tertentu, terutama yang berkaitan dengan konsep panggung depan (*front stage*) dan panggung belakang (*backstage*) dalam keluarga.

HASIL

Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti, maka ditemukanlah adanya pergeseran pola dari Parentifikasi Instrumental pada generasi terdahulu (*Gen X*) menjadi Parentifikasi Emosional-Finansial pada kalangan *Gen Z*, di mana sekarang anak terlibat dalam pemenuhan kebutuhan emosional sekaligus ekonomi keluarga. Otoritas yang dipegang oleh *Gen X* bersifat koersif dan fisik, dengan fokus parentifikasinya adalah instrumental. Di mana anak Perempuan pertama dituntut untuk menjadi tenaga kerja gratis dalam mengurus urusan rumah tangga. Sementara otoritas yang ada pada *Gen Z* lebih bersifat persuasif dan finansial, dengan fokus parentifikasi pada sisi emosional.

Menjadi anak perempuan pertama dalam keluarga yang mengalami parentifikasi dikonstruksikan sebagai sebuah struktur operasional, dan bukan hanya sekadar urutan kelahiran. Pada *gen X*, peran ini otomatis terjadi tanpa adanya pengajaran lebih dulu, melainkan melalui observasi diam-diam anak perempuan pertama dalam menyerap, meniru, untuk kemudian mengonstruksi tindakan mereka berdasarkan cara orang tua mengelola rumah tangga.

"Mbah tuh nggak ngajarin... diajarin secara tidak langsung." (Informan, 2026).

Selain daripada itu, ditemukan juga pola fenomena rantai struktural dalam keluarga (*Chain of Command*), yakni ketika anak perempuan pertama harus keluar dari perannya sebagai orangtua untuk merantau atau menikah, maka peran tersebut tidak kembali ke orang tua, melainkan bergeser pada adik perempuannya untuk menjadi figur kakak tertua yang baru. Hal ini menegaskan bahwa parentifikasi dalam sistem keluarga merupakan beban struktural yang digilir untuk dapat menjaga stabilitas fungsi domestik.

PEMBAHASAN

Sandiwara Otoritas dan Kemandirian Anak Perempuan Pertama

Fenomena parentifikasi pada anak perempuan pertama merupakan masalah tabu yang sudah dinormalisasi oleh masyarakat, bahkan masyarakat tidak melihatnya sebagai masalah, melainkan merupakan risiko peran yang ditanggung anak pertama. Anak perempuan pertama yang terparentifikasi dituntut untuk selalu mandiri dan sempurna, hal ini kerap berujung dengan terjadinya prekositasi. Parentifikasi adalah kondisi dimana tugas dan tanggung jawab yang seharusnya dilaksanakan oleh orang dewasa secara sengaja atau tidak sengaja diambil alih oleh seorang anak (Boszormenyi-Nagy & Spark, 1973; Dariotis et al., 2023).

Jika kita lihat melalui lensa Erving Goffman (1959), terdapat sebuah tempat dimana sang anak harus memainkan sebuah peran yang sebenarnya disematkan sepihak oleh orang tua atau orang dewasa lainnya, peran ini tentunya sangat bervariasi dari satu keluarga dan keluarga yang lain. Namun seringkali, panggung depan atau *front stage* mengharuskan sang anak memikul beban tambahan, yaitu: menjadi seorang anak,

kakak, dan orang tua. Kesuksesan dari sebuah sandiwara sosial bersandar dan terukur pada kemufakatan tak tertulis antara aktor (anak perempuan pertama) dan penonton (anggota keluarga lainnya) sampai akhirnya sandiwara tersebut dianggap sebagai realitas yang otomatis terjustifikasi.

Anak perempuan pertama dengan sengaja menyembunyikan keletihan fisik, mental, maupun masalah pribadinya dengan bersandiwara menjadi seorang kakak sekaligus seorang anak yang ideal, sementara adik-adiknya menerima pengorbanan tersebut sebagai kewajiban, atau bahkan sebuah norma yang mereka kira sudah lumrah di masyarakat. Studi juga menunjukkan bahwa di Asia tenggara pembagaiman peran tambahan ataupun parentifikasi pada anak merupakan fenomena yang dinormalisasi dan dilabeli sebagai tanggung jawab filial (Hwang, 1999; Yeung et al., 2018).

Rutinitas sandiwara ini memunculkan desentisasi pada para penonton dan alienasi pada sang aktor. Anak perempuan pertama sudah sangat lihai melakukan manajemen kesan (*impression management*) yang konsisten walaupun masih ada kecemasan mengenai terkuaknya sisi rapuh jika anak perempuan pertama sedang mengalami masalah. Semua informan menyatakan bahwa sejak kecil mereka sudah paham betul jika orang tua secara implisit selalu menekankan kemandirian dan kedewasaan dalam segala hal, salah satu informan mengungkapkan bahwa, “*dari kecil, orang dewasa di sekitar aku memang secara halus menuntut aku harus menjadi dewasa, bahkan sejak aku TK mungkin, kalau misal ada pertengkaran dengan adik atau se-sederhaan*

rebutan mainan, mereka selalu bilang kalau aku nggak boleh childish dan harus ngerti, ‘ayla (nama samaran) ngerti lah...kan ayla kakak’ (Informan 3, 7 April 2026). Maka rutinitas sandiwara pun terus dilanggengkan secara sukarela oleh anak perempuan pertama demi menghindari sebuah insiden di dalam ‘teater’ keluarganya dan untuk menjaga label peran yang disematkan.

Muncul temuan distingtif dari salah satu informan, terdapat sebuah kompensasi psikologis akibat tekanan yang dirasakan informan dari narasi orang tua yang seringkali mendewakan orang lain di meja makan keluarga berupa kebutuhan atas validasi eksternal. Manajemen kesan tersebut dilakukan melalui penonjolan prestasi akademik ataupun perilaku prososial. Kondisi ini kerap dikaitkan dengan kaburnya batas psikologis dalam keluarga (*boundary dissolution*) yang dapat mengganggu perkembangan identitas anak (Kerig, 2005; Johnson & Ray, 2016).

Terdapat dekonstruksi yang berevolusi antara pola parentifikasi antara anak perempuan pertama Generasi X dan generasi Z. Parentifikasi instrumental terealisasikan melalui otoritas yang bersifat dominatif, anak perempuan pertama Generasi X cenderung memerankan figur kakak yang otoriter dengan perintah melakukan pekerjaan domestik, strategi komunikasi yang agresif, hingga hukuman fisik seperti tindakan mencolok tangan adik dengan pensil saat salah mengeja. Adik-adik perempuan diberi perintah untuk menyelesaikan pekerjaan rumah tangga secara telaten dan tuntas, namun tidak dengan adik laki-laki, sang kakak hanya mengajarkan kedisiplinan, kebersihan, keterampilan pada adik-adik

perempuannya. Temuan tersebut menunjukkan bahwa parentifikasi ternyata tidak berlangsung secara netral, melainkan tetap saja terpengaruh bias gender.

Adik dari informan Gen X secara eksplisit menyatakan bahwa sang kakak memiliki kekuasaan yang absolut; tidak ada perbedaan signifikan dalam performanya saat berada di lingkup keluarga inti maupun di hadapan orang lain. Dalam kacamata dramaturgi, sang kakak tidak lagi menjadi anak pertama, melainkan telah bertransformasi menjadi regulator rumah tangga yang fungsinya melampaui negosiasi hingga ke tahap instruksi. Peran sebagai "ibu pengganti" telah terinternalisasi secara total, baik oleh adik maupun orang tua. Manajemen kesan yang dibangun pun bukan bertujuan agar ia disukai, melainkan agar ia dipatuhi. Pola ini juga dapat dipahami sebagai bentuk "role reversal" yang ekstrem, di mana anak mengambil posisi otoritas orang tua secara penuh (Kerig, 2005).

Sebaliknya, anak perempuan pertama Generasi Z lebih banyak mempraktikkan parentifikasi emosional-finansial. Mereka menjalankan peran melalui pengorbanan emosional serta pemenuhan materi, seperti memberikan uang saku, biaya kuota internet, hingga kebutuhan kuliah adik-adiknya. Informan yang merupakan seorang adik mengakui sering lupa meminta uang kepada orang tua karena sang kakak telah terbiasa mengambil alih peran finansial tersebut. Pengorbanan emosional dan pendidikan juga tampak pada informan anak perempuan pertama Gen Z lainnya yang harus mengorbankan satu tahun masa perkembangannya untuk mengulang pendidikan PAUD demi memberi ruang bagi ibunya yang fokus mengurus adik yang baru

lahir. Bentuk parentifikasi emosional ini diketahui berkaitan erat dengan munculnya masalah internalisasi seperti kecemasan dan tekanan psikologis pada remaja (Stanić, 2025).

Uniknya, terdapat simbiosis mutualisme dalam interaksi kakak-adik Gen Z, ketika sang kakak memberikan perlindungan material juga emosional dan pembelaan dari kekerasan fisik di keluarga, sang adik "membayarinya" dengan menjadi sistem pendukung (*support system*). Meski masih melakukan filtrasi informasi, sang kakak sering menjadikan adiknya sebagai teman bercerita (*confidant*). Dinamika ini menjelaskan mengapa adik-adik di Generasi Z memiliki kedekatan emosional yang jauh lebih erat dengan kakak mereka. Hal ini sejalan dengan temuan bahwa sebagian individu yang mengalami parentifikasi juga dapat menunjukkan kemampuan *positive coping* dan resiliensi tertentu (Połomski et al., 2021; Dariotis et al., 2023).

Pergeseran parentifikasi yang terjadi tidak berarti bahwa anak perempuan pertama Gen Z lebih baik atau lebih progresif, melainkan hanya karena mereka sedang bersandiwara di panggung yang berbeda dan dengan penonton yang memiliki kebutuhan psikologis yang berbeda. Aktor (kakak) dipaksa untuk beradaptasi dengan selera penontonnya (adik), data menunjukkan bahwa adik Gen Z membutuhkan perlindungan emosional dan akses ke dunia luar sedangkan adik Gen X membutuhkan keteraturan dan kedisiplinan. Variasi ini juga didukung oleh penelitian yang menunjukkan bahwa dampak parentifikasi dapat berbeda tergantung pada karakteristik individu dan konteks sosialnya (Dariotis et al., 2023).

Posisi anak perempuan pertama sering kali terjebak dalam apa yang disebut sebagai "otomatisme peran". Kepemimpinan mereka bukan lagi soal pilihan pribadi, melainkan tuntutan struktural yang otomatis aktif saat situasi mendukung. Sesuai pemikiran Goffman (1959), agar sebuah peran dianggap nyata, aktor harus mampu menampilkan wajah, sikap, dan perlengkapan yang meyakinkan. Dalam konteks ini, rumah yang kosong tanpa orang tua menjadi panggung pemicu yang memaksa anak perempuan pertama bersandiwara menjadi orang tua pengganti. Kondisi seperti ini juga sering muncul dalam situasi krisis sosial, seperti pandemi, ketika anak-anak mulai mengambil alih peran dewasa akibat meningkatnya tekanan keluarga (Gromada et al., 2020; Dariotis et al., 2023).

Bagi salah satu informan (Anak Perempuan Pertama Gen X), absennya orang tua yang sedang berdagang bukanlah waktu luang, melainkan ruang kosong yang harus segera ia isi. Begitu orang tua melangkah keluar rumah, ia langsung mengambil alih kendali, dari urusan kebersihan hingga menjaga adik. Tanggung jawab tersebut meresap begitu dalam ke identitasnya, hingga ia tidak merasa sedang bersandiwara; baginya, menjadi tulang punggung rumah tangga adalah tanggung jawab filial yang sifatnya mutlak.

Ironisnya, rutinitas sandiwara ini sering kali menguras energi yang besar. Goffman menyebutnya sebagai tantangan dalam *dramatic realization*. Pada informan dari generasi Z, beban untuk selalu terlihat tangguh dan bertanggung jawab atas adik-adiknya menyita fokus yang luar biasa. Akibatnya, mereka kehilangan ruang untuk

sekadar menjadi "anak.", bahkan salah satu dari mereka lupa bagaimana rasanya hanya menjadi seorang anak. Mereka harus terus berada dalam kondisi siaga (*on-mode*), yang kemudian menciptakan ekspektasi bagi adik-adiknya dan kehausan akan validasi bagi sang kakak. Fenomena ini juga sejalan dengan gagasan bahwa parentifikasi dapat menghambat proses perkembangan normal anak, termasuk kebutuhan akan eksplorasi dan bermain (Byng-Hall, 2008; Newcomb, 1996). Sang adik, sebagai penonton, akhirnya melihat peran pelindung ini sebagai sifat alami sang kakak, bukan sebagai beban berat yang sengaja dikonstruksi.

Kondisi ini akhirnya memicu persoalan legitimasi peran yang sempat diingatkan oleh Goffman. Ketika akting sebagai "pengganti orang tua" dilakukan dengan terlalu sempurna, batas antara hak memerankan peran tersebut dan kemampuan melakukannya menjadi kabur. Karena adik-adik menganggap otoritas sang kakak sebagai hal yang lumrah, mereka tidak lagi melihat adanya seorang manusia yang sedang berjuang di balik peran tersebut; mereka hanya melihat fungsinya saja. Kondisi ini juga dikaitkan dengan risiko jangka panjang seperti "*caretaker syndrome*" dan efek intergenerasional parentifikasi (Boszormenyi-Nagy & Spark, 1973; Valleau et al., 1995).

Kesuksesan anak perempuan pertama dalam mengelola kesan justru menjadi penjara bagi dirinya sendiri. Ia tidak bisa turun dari panggung karena sistem keluarga sudah terlanjur bergantung padanya. Pada salah satu pernyataan informan, terjadi estafet tanggung jawab atau estafet jabatan ketika sang kakak pergi merantau, pola ini

terus diwariskan, saudara tertua (perempuan) yang masih ada di rumah yang akan menggantikan peran tersebut. Fenomena parentifikasi pada anak perempuan pertama bukan hanya soal dinamika keluarga saja, namun merupakan mekanisme sosial yang terus direproduksi secara klandestin melalui normalisasi peran.

Dinamika Panggung Belakang Anak Perempuan Pertama dalam Mengelola Beban Parentifikasi

Jika panggung depan memotret anak perempuan pertama sebagai sosok tangguh yang serba bisa, dunia di baliknya ternyata jauh dari kata lega. Panggung belakang ini bukan ruang terbuka yang mudah dimasuki; ia sering kali sempit, muncul hanya di saat-saat tertentu, dan yang paling menyesak adalah ruang ini tidak selalu cukup aman untuk jujur pada diri sendiri. Alih-alih menjadi tempat untuk membedah perasaan, ruang ini tak lebih dari sekadar "gudang" tempat menumpuk emosi yang belum sempat diproses.

Bagi informan anak perempuan pertama dari generasi Z, panggung belakang ini masih terlihat, meski tampak tercerai-berai. Kamar tidur yang gelap, mendengarkan musik, atau pelarian ke media sosial menjadi cara mereka menarik diri dari tuntutan peran. Namun, kesendirian ini tidak otomatis berujung pada keterbukaan diri. Seorang informan (5 April 2026) mengaku lebih memilih memendam segalanya rapat-rapat: *"aku lebih ke nyimpen semuanya sendiri... nanti aku luapin emosi pas mereka udah pada tidur, nangis di kamar sendiri."* Di sini, ruang privat bukan sekadar tempat fisik, melainkan benteng persembunyian. Emosi tidak diungkapkan, tapi ditunda hingga

semua orang tidur dan pengawasan sosial menghilang. Informan lain bahkan lebih menutup diri; ia sengaja membentengi kehidupan emosionalnya secara total, memilih diam dan menjauhkan keluarganya dari apa yang ia rasakan. Panggung belakang akhirnya berubah fungsi, dari ruang komunikasi menjadi ruang isolasi. Panggung belakang ini terasa sangat mekanis: hanya dipakai untuk *me-recharge* diri sebelum kembali pada rutinitas sandiwara, bukan untuk benar-benar memahami siapa diri mereka yang sebenarnya.

Pada generasi X, justru tidak ada ruang untuk merenung, bahkan tidak ada bahasa untuk menjelaskan bahwa mereka lelah. Saat ditanya apakah mereka merasa "asing" dengan beban peran tersebut, jawabannya lugas: *"orang-orang dulu mah nggak mikir ke sana."* Bagi mereka, tidak ada pemisahan antara diri dan tanggung jawab. Mereka tidak merasa sedang bersandiwara, karena peran itu sudah mendarah daging menjadi identitas mereka. Ketiadaan refleksi ini bukan karena mereka tidak mau, melainkan karena hidup mereka didikte oleh keharusan untuk bertahan hidup (*survivability*), bukan untuk eksplorasi jati diri. Akibatnya, panggung belakang generasi ini hanya muncul dalam jeda-jeda pendek yang fungsional. Sekadar makan bakso atau mengobrol ringan di waktu luang menjadi katup pelepas uap, bukan untuk mengolah batin, tapi sekadar "isi bensin" sebelum kembali memikul beban domestik. Ruang ini tidak punya kemandirian; ia sepenuhnya tunduk pada kebutuhan untuk tetap terlihat sempurna di panggung depan.

Ketika peran yang disandiwarkan dan identitas asli melebur, seseorang tidak lagi bisa membedakan mana yang merupakan

keinginan pribadi dan mana yang sekadar tuntutan fungsi. "Penerimaan" yang selama ini terlihat sering kali merupakan hasil dari penanaman ekspektasi yang masuk secara halus selama bertahun-tahun. Mereka merasa tidak dipaksa dan menganggap beban itu sebagai tanggung jawab filial yang wajar, meski tanggung jawab ini terkadang menumbuhkan rasa percaya diri (Borchet et al., 2020). Namun, dari kacamata dramaturgi, inilah puncak dari keberhasilan manajemen kesan: sebuah sandiwara yang begitu rapi hingga pelakunya pun lupa bahwa mereka sedang berakting. Kenyataan ini erat kaitannya dengan parentifikasi, di mana anak dipaksa mengambil peran yang jauh melampaui usia mereka (Stanić et al., 2025). Tanpa panggung belakang yang sehat dan tertata, rutinitas sandiwara dan peran yang dimainkan dapat melekat permanen.

Props dan Setting Anak Perempuan Pertama sebagai Pengganti Peran Orang Tua

Goffman (1959) menekankan bahwa seorang aktor membutuhkan perlengkapan atau "alat peraga" (*props*) untuk memperkuat karakter yang ia mainkan di atas panggung. Tanpa itu, audiens akan sulit mengenali peran tersebut (Manning, 1992). Dalam kehidupan anak perempuan pertama, *props* ini bukan sekadar benda mati; ia adalah simbol otoritas yang bentuknya terus berubah mengikuti zaman. Jika pada generasi Gen X *props* tersebut masih berupa tenaga fisik dan pekerjaan domestik, pada generasi Gen Z, ia bermutasi menjadi kekuatan finansial dan akses mobilitas.

Bagi generasi Gen X, alat peraga ini sangat nyata dan instrumental. Kemampuan

merawat adik atau menjaga kerapihan rumah menjadi cara bagi sang kakak untuk memvalidasi posisinya sebagai "ibu pengganti". Otoritas ini bahkan kerap membutuhkan penegasan melalui nada bicara dan tindakan fisik. Sebagaimana diungkapkan seorang informan,; "...dari segi suara ada tekanan. Sambil tarik tangan misalnya..." (Informan, 2026). Di sini, tubuh dan suara adalah alat utama untuk menjalankan peran parentifikasi instrumental. Namun, zaman bergeser. Ketika sosok orang tua tidak lagi menjadi satu-satunya penyokong ekonomi (*provider*), anak perempuan pertama pun mengambil alih kendali tersebut.

Hal ini tercermin dari pengakuan seorang adik yang melihat kakaknya melampaui sekadar saudara kandung; ia telah menjadi pusat gravitasi keluarga: "...apa yang aku nikmatin sekarang itu adalah rezeki dari Allah yang dituruninnya lewat teteh. Jadi emang teteh aja gitu segalanya... kayaknya mamah bapak aku juga secara gak langsung gitu, lama-kelamaan tanpa kita sadarin kayak emang titipin aku ke teteh... aku pasti ke teteh aku" (Informan, 2026). Dalam konteks ini, uang, biaya kuliah, hingga tiket menuju gaya hidup tertentu adalah *props* paling dominan. Melalui kekuatan ekonomi inilah, sang kakak mendapatkan mandat mutlak sebagai pemegang kendali rumah tangga.

Selain urusan dompet, kontrol atas mobilitas juga menjadi alat peraga yang krusial, meski dalam kondisi fisik yang lelah atau rentan, sang kakak tetap memaksakan diri untuk mengantar adiknya: "...nganterin aku ke tempat bus, ...setiap berangkat pagi..." (Informan, 2026). Lewat tindakan

ini, ia menegaskan diri sebagai "penjaga gerbang" (*gatekeeper*) yang menjamin roda keluarga tetap berputar. Kepercayaan orang tua, seperti izin pulang malam atau restu kuliah di luar kota menjadi simbol yang mengonfirmasi bahwa status sang kakak memang lebih tinggi.

Mengutip Goffman (1972:32), *setting* mencakup tata letak fisik dan barang-barang di latar belakang yang menjadi panggung bagi tindakan manusia. absennya orang tua karena kesibukan kerja menjadi *setting* utama yang memaksa anak perempuan pertama "naik panggung" secara otomatis. Kondisi *on mode* ini tidak muncul melalui instruksi lisan, melainkan lewat mekanisme yang sudah terjadi sejak mereka kecil. Mereka mengamati orang tua dalam diam, menginternalisasi apa yang mereka lihat lalu mengimpletasikannya ketika sedang bersama sang adik.

Pada akhirnya, cara anak perempuan pertama mengelola kesan (*Impression Management*) adalah hasil dari pengamatan panjang. Mereka mengubah beban pengamatan itu menjadi alat untuk menjaga agar sistem keluarga tetap tegak, dari satu generasi ke generasi berikutnya.

SIMPULAN

Anak perempuan pertama sering kali menampilkan diri sebagai sosok yang mandiri, kuat, dan penuh tanggung jawab di depan keluarga. Peran ini bukan sekadar akting, melainkan cerminan dari didikan sejak kecil yang memaksa mereka untuk tidak hanya menjadi kakak, tapi juga figur pengganti orang tua demi menjaga keharmonisan rumah. Karena terbiasa melihat peran ini, anggota keluarga lain pun menganggap pengorbanan tersebut sebagai

hal yang wajar dan tidak perlu diperdebatkan.

Namun, kenyataan di balik layar jauh lebih kompleks. Bagi anak perempuan pertama dari Generasi Z, mereka masih memiliki ruang pribadi untuk meluapkan emosi secara diam-diam, meski ruang itu sangat terbatas. Hal ini berbeda dengan Generasi X, di mana identitas mereka sudah benar-benar melebur dengan tanggung jawab keluarga. Bagi mereka, rasa lelah dan konflik batin dianggap sebagai bagian alami dari hidup, bukan sesuatu yang perlu dipertanyakan.

Dukungan terhadap peran ini juga berubah seiring zaman. Jika dulu Generasi X menggunakan kehadiran fisik untuk mengurus rumah, Generasi Z kini lebih banyak menggunakan kemandirian finansial sebagai cara untuk menegaskan otoritas mereka di keluarga. Pada akhirnya, ketika orang tua tidak mampu hadir secara penuh, anak perempuan pertama dipaksa untuk "tampil" mengambil alih kendali. Fenomena ini bukan sekadar masalah pribadi, melainkan pola berulang yang terus terjadi dalam sistem keluarga kita.

Ucapan terima kasih (Opsional)

Penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada berbagai pihak yang telah membantu dalam penyusunan artikel ini, terkhususnya kepada para informan yang telah meluangkan waktunya untuk berdiskusi dan memberikan sudut pandang terkait topik ini. Terima kasih juga kepada tim redaksi dari Jurnal Keluarga Sehat Sejahtera yang telah membantu menyempurnakan tulisan ini hingga layak diterbitkan dan dinikmati oleh pembaca.

DAFTAR RUJUKAN

- Borchet, J., Lewandowska-Walter, A., Połomski, P., Peplińska, A., & Hooper, L. M. (2020). We are in this together: Retrospective parentification, sibling relationships, and self-esteem. *Journal of Child and Family Studies*, 29(10), 2982-2991. <https://doi.org/10.1007/s10826-020-01723-3>
- Boszormenyi-Nagy, I., & Spark, G. M. (1973). *Invisible loyalties: Reciprocity in intergenerational family therapy*. Harper & Row.
- Byng-Hall, J. (2008). The significance of children fulfilling parental roles: Implications for family therapy. *Journal of Family Therapy*, 30(2), 147-162. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6427.2008.00423.x>
- Carlson, D. S., Kacmar, K. M., Thompson, M. J., & Andrews, M. C. (2019). Looking good and doing good: family to work spillover through impression management. *Journal of Managerial Psychology*, 34(1), 31-45. <https://doi.org/10.1108/JMP-04-2018-0162>
- Creswell, J. W. (2019). *Research Design: Pendekatan Metode Kualitatif, Kuantitatif, dan Campuran* (Ed. 4, Cet. 4). (A. Fawaid, Penerjemah). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Dariotis, J. K., F. R. Chen, Y. R. Park, M. K. Nowak, K. M. French, and A. M. Codamon. 2023. "Parentification Vulnerability, Reactivity, Resilience, and Thriving: A Mixed Methods Systematic Literature Review." *International Journal of Environmental Research and Public Health* 20, no. 13: 6197. <https://doi.org/10.3390/ijerph20136197>.
- Goffman, E. (1972). *Interaction Ritual*. London: Penguin Books.
- Goffman, E. (1959). *The presentation of self in everyday life* (Rev. ed.). Knopf Doubleday Publishing Group.
- Gromada, A., Richardson, D., & Rees, G. (2020). *Childcare in a global crisis: The impact of COVID-19 on work and family life* (Innocenti Research Brief, Issue Covid-19 & Children). UNICEF Office of Research – Innocenti.
- Jia, G., Wen, J., Fan, D. X., & Liu, X. (2024). Role reversal in adult child-aging parent family travel. *Annals of Tourism Research*, 106, 103751. <https://doi.org/10.1016/j.annals.2024.103751>
- Kerig, P. K. (2005). Revisiting the construct of boundary dissolution: A multidimensional perspective. *Journal of Emotional Abuse*, 5(2-3), 5-42. https://doi.org/10.1300/J135v05n02_02
- Majeed, S., Rafiq, F., Ghani, F., Imran, F., & Tahir, Z. (2022). A Study on Birth Order and Sense of Overall Responsibility in Undergraduate Students of Lahore, Pakistan. *Romanian Journal of Applied Psychology*, 24(2). DOI: 10.24913/rjap.24.1.01
- Manning, P. (1992). *Erving Goffman and Modern Sociology*. Polity Press.
- Parawansah, K. I. (2026). Memahami Komunikasi Sosial: Front Stage dan Back Stage Menurut Teori Dramaturgi Goffman. Al-Qolamuna: *Journal Komunikasi dan Penyiaran Islam*, 3(1), 125-139. <https://doi.org/10.71242/8td39d58>
- Połomski, P., Peplińska, A., Lewandowska-Walter, A., & Borchet, J. (2021). Exploring resiliency and parentification in Polish adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(21), 11454. <https://doi.org/10.3390/ijerph182111454>

- Rana, R., & Das, A. (2021). Parentification: A review paper. *The International Journal of Indian Psychology*, 9(1), 44-50. DOI: 10.25215/0901.006
- Stanić, L., Branica, V., & Rajhvajn Bulat, L. (2025). Conceptualising and Measuring Parentification: A Scoping Review. *Psihologijske teme*, 34(3), 661-683. <https://doi.org/10.31820/pt.34.3.1>
- Sugiyono. (2022). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D (Edisi ke-3)*. Alfabeta.
- Wei, H. S., Shih, A. T., Chen, Y. F., & Hong, J. S. (2021). The impact of adolescent parentification on family relationship and civic engagement. *Journal of Social Work*, 21(6), 1413-1432. <https://doi.org/10.1177/1468017320955249>